

13.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211,07	Макаронные изделия отварные с томатным соусом	180\10\30	24,95	224	6	5	39
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	2,20	40	0	0	10
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1,65	78	2	0	17
		27,01	Сыр (порциями)	10	13,90	35	3	3	0
		401	Масло сливочное	10	12,50	66	0	7	0
	фрукты	86,02	Сок фруктовый	200	18,00	92	1	0	20
Обед	1 блюдо	129,2	Суп картофельный с горохом	250	12,25	175	6	5	19
	2 блюдо	80,62	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	50\50	39,80	120	10	8	2
	гарнир	138,07	Картофельное пюре	200	20,00	197	4	7	29
	гор.напиток	296	Напиток лимонный	200	8,00	82	0	0	20
	хлеб бел.	420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	2,20	104	3	0	22
		421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	2,20	88	3	0	18

Школа

МОБУ СОШ с.Ермекеево

С 7 до 11 лет

Отд./кор

День

13.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	211,06	Макаронные изделия отварные с томатным соусом	150\5\30	16,19	224	6	5	39
	гор.напиток	283	Чай с сахаром	200	2,20	40	0	0	10
	хлеб	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1,65	78	2	0	17
		27,01	Сыр (порциями)	10	13,90	35	3	3	0
		401	Масло сливочное	10	12,50	66	0	7	0
	фрукты	86,02	Сок фруктовый	200	18,00	92	1	0	20
Обед	1 блюдо	129,2	Суп картофельный с горохом	250	8,90	143	6	5	19
	2 блюдо	80,55	Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)	45\45	35,79	108	9	7	2
	гарнир	138,06	Картофельное пюре	180	16,00	177	4	6	27
	гор.напиток	296	Напиток лимонный	200	8,00	82	0	0	20
	хлеб бел.	420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	2,20	104	3	0	22
		1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1,65	66	2	0	14